

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia merupakan negara berkembang dengan disertai meningkatnya teknologi dan industri yang pesat dalam bidang pangan. Hal ini dapat merubah gaya hidup masyarakat terutama di kota besar, sehingga mempengaruhi kebiasaan makan seseorang seperti sering mengkonsumsi makanan cepat saji atau fast food. Makanan cepat saji memiliki cita rasa yang enak dan praktis serta tidak membutuhkan waktu yang lama dalam penyajiannya, sehingga makanan tersebut sangat diminati untuk dikonsumsi oleh masyarakat. Berdasarkan dari segi kandungannya makanan cepat saji cenderung tinggi kalori, lemak, natrium dan rendah serat (Rofiony dkk, 2015). Menurut Pamela (2018), mengkonsumsi makanan cepat saji secara berlebihan dapat menimbulkan gangguan kesehatan seperti beresiko penyakit degeneratif.

Penyakit degeneratif termasuk dalam kategori penyakit tidak menular dimana terjadi penurunan fungsi organ dalam tubuh seiring pertambahan usia. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi penyakit degeneratif mengalami peningkatan dibandingkan dengan Riskesdas tahun 2013 antara lain, prevalensi hipertensi naik dari 25,8% menjadi 34,1 %, diabetes mellitus naik dari 6,9 % menjadi 8,5 %, stroke naik dari 7% menjadi 10,9 % dan gagal ginjal kronik naik dari 2% menjadi 3,8 %. prevalensi penyakit jantung sebesar 1,5%, hipertensi 34,1 %, diabetes mellitus 8,5 %, stroke 10,9 % dan gagal ginjal kronik 3,8 %. Terdapat beberapa faktor penting yang dapat menyebabkan timbulnya penyakit degeneratif yaitu kurangnya aktifitas fisik dan pola makan seperti kurangnya asupan serat. Rata – rata konsumsi serat penduduk Indonesia adalah 10,5 g perhari, sehingga hanya dapat memenuhi kebutuhan seratnya sepertiga dari kebutuhan idealnya 30 gr/hari (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan permasalahan tersebut dapat diketahui bahwa masyarakat Indonesia asupan seratnya masih rendah dan kurangnya tingkat pengetahuan tentang pentingnya pola hidup sehat seperti mengkonsumsi serat dengan jumlah yang cukup. Asupan serat dapat diperoleh dari makanan seperti sayur dan buah-

buah. Menurut Kemenkes (2019), penduduk Indonesia dianjurkan mengonsumsi serat sebanyak 25 – 30 gram/hari. Serat memiliki peran dalam mengikat kolesterol, kelebihan lemak dan zat racun yang ada didalam tubuh, sehingga dapat terhindar dari berkembangnya sumber penyakit. Mengonsumsi serat dengan jumlah yang cukup dapat memberikan manfaat bagi kesehatan seperti mengurangi resiko terjadinya obesitas, kanker kolon, penyakit jantung, dapat mengontrol kolesterol dalam darah dan glukosa darah (Santoso, 2011).

Serat pada umumnya dapat diperoleh pada bagian daging buah, akan tetapi serat juga dapat diperoleh dari kulit buah yang cenderung kurang pemanfaatannya seperti buah pisang. Pisang termasuk buah unggulan di Indonesia karena pada tahun 2015 produksinya mencapai angka 7,5 juta ton (Suwandi, 2016). Pisang juga salah satu buah yang paling banyak dikonsumsi masyarakat Indonesia, hal ini membuat jumlah limbah kulit pisang semakin banyak karena kulit pisang memiliki berat sekitar 1/3 dari buah yang belum dikupas atau 40% dari berat total pisang segar (Nagarajah dan Prakash, 2011). Padahal kulit pisang mengandung zat gizi, yang cukup lengkap dan kandungannya tidak berbeda jauh dengan buahnya, sehingga dengan jumlah kulit pisang yang banyak akan lebih menguntungkan apabila dimanfaatkan menjadi bahan baku makanan seperti tepung.

Beberapa jenis kulit pisang yang sering dimanfaatkan sebagai bahan baku dalam pembuatan tepung diantaranya pisang raja, pisang kepok, pisang ambon (Aryani dkk, 2018). Namun menurut Sukriyadi (2010), semua jenis kulit pisang dapat dijadikan sebagai bahan baku dalam pembuatan tepung karena mengandung pati. Salah satu jenis kulit pisang yang juga dapat diolah menjadi tepung yaitu kulit pisang agung. Berdasarkan hasil analisis kimia tepung kulit pisang agung mengandung serat pangan sebesar 11,22 %, terdiri dari serat larut air 1,94% dan serat tidak larut air 9,27% (Data Primer, 2019). Tepung kulit pisang selama ini digunakan sebagai bahan campuran dalam pembuatan roti, cake dan mie, sehingga tepung kulit pisang agung sangat berpotensi untuk dijadikan sebagai produk makanan salah satunya mie basah.

Mie merupakan makanan yang telah dikenal oleh masyarakat sebagai alternatif pengganti makanan pokok (Devi, 2014). Menurut Amien (2014), produk

mie di Indonesia memiliki tingkat konsumsi sebesar 95,52%. Hal ini karena harga mie relatif murah, cara penyajian dan pengolahannya sederhana. Mie memiliki berbagai macam produk yang beredar di pasaran seperti mie soun, mie bihun, mie kering dan mie basah, sehingga masyarakat tidak bosan untuk mengkonsumsi olahan mie.

Setiap jenis mie berbeda dalam bahan baku dan cara pengolahannya. Bahan baku yang digunakan dalam pembuatan mie basah dapat mempengaruhi tingkat kemuluran mie akibat adanya sebuah tekanan sehingga dapat menentukan tingkat elastisitas pada mie basah. Mie dengan kualitas yang ideal adalah permukaannya halus, tidak lengket, warna mie rata, tidak mudah lembek jika direbus, elastis dan kenyal (Jatmiko dan Estiasih, 2014). Namun mie dari segi kandungannya masih belum mencukupi kebutuhan zat gizi dalam tubuh, karena mie cenderung mengandung karbohidrat yang tinggi namun rendah serat. Oleh karena itu dengan penambahan serat pada mie basah dapat meningkatkan kandungan gizinya supaya lengkap.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik ingin memanfaatkan limbah kulit pisang agung yang nantinya akan dijadikan olahan tepung sebagai alternatif tambahan dalam pembuatan mie basah sebagai makanan fungsional sumber serat.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana pengaruh substitusi tepung kulit pisang agung terhadap kadar serat mie basah?
2. Bagaimana pengaruh substitusi tepung kulit pisang agung terhadap sifat fisik (daya elastisitas) pada mie basah?
3. Bagaimana pengaruh substitusi tepung kulit pisang agung terhadap sifat organoleptik (uji hedonik dan uji mutu hedonik) pada mie basah?
4. Bagaimana hasil perlakuan terbaik pada mie basah substitusi tepung kulit pisang agung?
5. Bagaimana kandungan gizi dan perbandingan mutu mie basah dengan SNI 2987-2015?

6. Bagaimana perbandingan perlakuan terbaik mie basah substitusi tepung kulit pisang dengan ketentuan sebagai makanan sumber serat?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis sifat mutu dan kandungan gizi mie basah dengan substitusi tepung kulit pisang agung sebagai makanan fungsional sumber serat.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Menganalisis pengaruh substitusi tepung kulit pisang agung terhadap kandungan serat pada mie basah.
- b. Menganalisis pengaruh substitusi tepung kulit pisang agung terhadap sifat fisik (daya elastisitas) pada mie basah.
- c. Menganalisis pengaruh substitusi tepung kulit pisang agung terhadap sifat organoleptik (uji hedonik dan uji mutu hedonik) pada mie basah.
- d. Menentukan perlakuan terbaik mie basah substitusi tepung kulit pisang agung sebagai makanan fungsional sumber serat.
- e. Membandingkan perlakuan terbaik mie basah substitusi tepung kulit pisang agung dengan SNI 2987–2015.
- f. Mengetahui perlakuan terbaik mie basah substitusi tepung kulit pisang dengan ketentuan sebagai makanan sumber serat.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengembangkan ilmu pengetahuannya dengan menghasilkan produk baru dengan formulasi yang tepat dalam pembuatan mie basah substitusi tepung kulit pisang agung sebagai makanan fungsional sumber serat.

1.4.2 Manfaat Bagi Pembaca

Penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan informasi mengenai pembuatan mie basah substitusi tepung kulit pisang agung sebagai makanan fungsional sumber serat.

1.4.3 Manfaat Bagi Institusi

Dapat dijadikan sebagai tambahan koleksi penelitian dan sebagai informasi untuk bahan pertimbangan pada penelitian berikutnya.